



53. Brockenlauf
Ilseburg / 07.09.2024

evaluación detallada

Jean-Luc Van Heckeren

Dorsal: 464

recorrido: 24.90 km

24,9 km - Lauf

categoría:

Senioren M30 (30-34) B

tiempo total: 2:52:43

velocidad: 8.34 km/h

rendimiento en carrera: 6:56 min/km

posición en el recorrido/Total: 314 (de 433)

posición en el recorrido/Men: 270 (de 351)

mejor tiempo del recorrido: 1:34:20

posición en la categoría: 22(de 25)

mejor tiempo en la categoría: 1:34:20

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapa posición	stage score			Total score							
				posición	retraso	retraso	Total km	Total tiempo	Total posición	retraso	retraso			
			cat	cat	Men	Men				cat	cat	Men	Men	
Ilsestein	4.10	32:25	7:54	23	15:49	312	15:49	4.10	32:25	7:54	23	15:49	312	15:49
Plessenburg	2.40	16:30	6:52	22	7:21	265	7:21	6.50	48:55	7:31	23	23:10	298	23:10
Oehrenfeld	3.40	19:51	5:50	23	8:56	301	8:56	9.90	1:08:46	6:56	23	32:06	295	32:06
Ilsestein	4.80	36:17	7:33	22	26:26	260	26:26	14.70	1:45:03	7:08	24	48:28	289	48:28
Plessenburg	2.30	17:32	7:37	20	7:54	232	7:54	17.00	2:02:35	7:12	22	56:22	278	56:22
Oehrenfeld	3.40	19:16	5:40	19	7:55	231	7:55	20.40	2:21:51	6:57	22	1:04:17	273	1:04:17
Ilseburg/Markt	4.50	30:52	6:51	22	14:06	266	14:06	24.90	2:52:43	6:56	22	1:18:23	270	1:18:23